

भारत की देशी जनजातियों द्वारा उष्णकटिबंधीय जड़ों और कंदों का पारंपरिक ज्ञान और उपयोग: एक समीक्षा

शीला इम्मानुएल, डी जगनाथन* एवं प्रकाश पी

विस्तार और सामाजिक विज्ञान अनुभाग, भाकृअनुप-केंद्रीय कंद फसल अनुसंधान संस्थान, श्रीकार्यम, तिरुवनंतपुरम 695 017, केरलम, भारत

*ई-मेल: djaganathn@gmail.com

प्राप्त 19 जनवरी 2026; संशोधित 09 अप्रैल 2026; स्वीकृत 06 जुलाई 2026

भारत के आनुवंशिक संसाधनों की सुरक्षा में आदिवासी समुदायों की अहम भूमिका है। वे ज्यादातर जंगलों, पहाड़ियों और द्वीपों पर रहते हैं। आदिवासी कंद-मूल वाली फसलें उगाते हैं और इनका उपयोग भोजन तथा औषधीय ज़रूरतों के लिए किया जाता है। आदिवासी समुदायों की पारंपरिक खाद्य प्रणालियाँ ज्ञान का ऐसा खज़ाना हैं जो पीढ़ियों से आगे बढ़ाया जाता रहा है। भारत में खाने योग्य पौधों की कई तरह की किस्में पाई जाती हैं, जो जनजातियों की खाद्य ज़रूरतों को पूरा करती हैं और भोजन की कमी को दूर करने में मदद करती हैं। आदिवासी इलाकों में उगाई जाने वाली मुख्य कंद-मूल फसलों में कसावा, शकरकंद, जिमीकंद (सूरन), रतालू, अरबी और चीनी आलू, अरारोट जैसे गौणकंद शामिल हैं। आदिवासी कंद-मूल पर बहुत ज्यादा निर्भर रहते हैं क्योंकि ये कार्बोहाइड्रेट और ऊर्जा का सस्ता स्रोत होने के साथ-साथ फाइबर, कैल्शियम, आयरन और विटामिन भी देते हैं। कंद-मूल वाली फसलों में एंटीऑक्सीडेंट, हाइपोग्लाइसेमिक, हाइपोकोलेस्ट्रॉलेमिक, एंटीमाइक्रोबियल और इम्यूनोमॉड्यूलेटरी गुण होते हैं। कंद-मूल पेचिश, दस्त, बवासीर, घाव, चोट और पेट से जुड़ी दूसरी समस्याओं में फ़ायदेमंद होते हैं। यह समीक्षा लेख इस बात की पूरी जानकारी देता है कि भारत भर के अलग-अलग आदिवासी समुदाय अपनी रोज़मर्रा की ज़िंदगी में इन कंद-मूल फसलों का इस्तेमाल कैसे करते हैं और बुनियादी पोषण के अलावा इनका क्या महत्व है।

मुख्य शब्द: देशी जनजातियाँ, पोषण सुरक्षा, जड़ और कंद वाली फसलें, पारंपरिक ज्ञान, आदिवासी समुदाय